

*Dichiarazione sostitutiva di certificazione e dichiarazione sostitutiva dell'atto di notorietà ai sensi degli art. 46 e 47 del DPR 445/2000
 Il/La sottoscritto/a Onida Martina consapevole delle responsabilità penali in caso di dichiarazioni mendaci, ai sensi dell'art. 76 del D.P.R.445/2000,
 dichiara:*

INFORMAZIONI PERSONALI



Martina Onida

 Via Pergolesi 17, 10154, Torino

 00 39 388 89 09 944,  00 39 392 442 9338

 martinaonida.dietista@gmail.com, martina.onida@pec.it

Iscrizione all'Ordine Professionale TSRM-PSTRP di Torino-Aosta-Alessandria-Asti Albo Dietisti, numero di iscrizione: 187

Sesso F | Data di nascita 06/10/1995 | Nazionalità Italiana

ESPERIENZA
 PROFESSIONALE

Aprile 2023-Marzo 2023

Titolare di un Assegno di Ricerca con l'Università degli Studi di Torino

Studio della sarcopenia in un gruppo di pazienti con il tumore alla mammella

Gennaio 2019-Oggi

Dietista

Pratico la professione di Dietista, in regime di libera professione, con Partita IVA. Mi occupo di eseguire anamnesi del paziente (di salute, prossima e remota, e alimentare), valutazione dei suoi introiti alimentari, valutazione del suo fabbisogno caloricoenergetico, rilevamento di misure antropometriche del paziente, utilizzo della bioimpedenziometria per valutazione della composizione corporea del paziente, stipulazione di piani alimentari per patologia e schemi di educazione alimentare. Nel mio lavoro utilizzo spesso tecniche di counseling nutrizionale e svolgo visite integrate in collaborazione con colleghi psicoterapeuti e medici psichiatri.

Pratico la mia professione come collaboratrice del Nuovo Centro Clinico di Torino (centro di cure integrate specializzato in disturbi metabolici, disturbi psicosomatici, disturbi mentali e disturbi dell'alimentazione e della nutrizione); all'interno del Centro ci occupiamo inoltre di progetti di ricerca grazie alla collaborazione con l'Università di Torino e alla presenza di studenti universitari tirocinanti all'interno del gruppo. Collaboro inoltre con due palestre di Torino (Urban Fitness Health e Al Centro del Movimento).

2021-Oggi

Esperienza con gruppi di pazienti, Educazione Alimentare per la popolazione sana e Progetti in contesto scolastico

La mia pratica professionale include inoltre progetti di educazione alimentare per la popolazione sana all'interno di scuole secondarie di primo e secondo grado e progetti di Mindful Eating, consapevolezza alimentare, educazione alimentare per patologia in gruppi appositamente costituiti.

In particolare, da dicembre 2022 a maggio 2023 ho fatto parte del progetto "Come Abito il Mio Corpo?" presso la scuola statale Liceo Augusto Monti di Chieri, in collaborazione con altre figure professionali, occupandomi delle seguenti tematiche: educazione alimentare, educazione al riconoscimento dei bisogni del corpo, psicoeducazione sul neurosviluppo in adolescenza, utilizzando sia una parte di lezione frontale sia una parte di attività pratica ed esperienziale. Inoltre, nel dicembre del 2021 ho ideato e svolto il progetto "Mangiare a Colori" presso l'Associazione Gugliasco Giovani, rivolta alla fascia d'età 14-19 anni.

Attività o settore Dietetica, Nutrizione e Salute

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

Ottobre 2022-Oggi	Master in Medicina Investigativa Moderna, Global Health
Gennaio 2021-Gennaio 2022	Master “Diagnosi e trattamento dei Disturbi Alimentari e dell’Obesità”, Scuola Performat
Dicembre 2019-Settembre 2020	Master Professionista della Nutrizione, Scuola Be-Well
Settembre 2020	Corso pratico su “Il Trattamento Educativo e Riabilitativo dell’obesità e dei disordini alimentari” (ADEPO)
2019-2020	Corso di Laurea Magistrale Scienze della Nutrizione Umana, Università degli Studi di Milano Voto di laurea: 107/110 Laureata con tesi sperimentale dal titolo “Emozioni, atteggiamenti e cibo: l’uso dell’Implicit Association Test per la misurazione di atteggiamenti impliciti verso cibi sani o non-sani dopo una manipolazione dell’umore” (relatore: dott. Mattavelli Simone). Il lavoro di tesi ha previsto la formulazione e la somministrazione di un test IAT con il seguente obiettivo: valutare gli atteggiamenti impliciti nei confronti di cibo sano (rappresentato da diversi tipi di frutta) e di cibo non sano (rappresentato da diversi tipi di dolci) dei partecipanti in un contesto approach-avoidance. Il test è stato somministrato in modalità telematica ad un gruppo di pazienti arruolati secondo i seguenti criteri: età, sesso, assenza di diagnosi di disturbo dell’alimentazione e della nutrizione. I risultati sono stati da me analizzati ed elaborati tramite software SPSS.
Ottobre 2018-Giugno 2018	Master in Nutrizione Sportiva, Scuola SANIS
2015-2018	Corso di Laurea in Dietistica, Università degli studi di Torino Voto di laurea 110/110 e Lode Laureata con tesi sperimentale dal titolo “La pratica dell’Entomofagia in Italia: abbattimento delle barriere culturali nella scoperta di una “nuova” fonte alimentare” (relatore: Dott. Andrea Pezzana), vincitrice del premio ANDID “Miglior Tesi di Laurea in Dietistica” nel 2019. Il lavoro di tesi ha previsto la ricerca bibliografica di dati relativi alla pratica dell’entomofagia nel mondo e alla composizione bromatologica degli insetti e dei loro prodotti derivati, con ulteriore interesse verso il livello di sicurezza alimentare del loro consumo. Sono stati inoltre da me formulati due questionari somministrati a due campioni di popolazione; i risultati dei questionari sono stati da me elaborati e discussi all’interno del lavoro di tesi. Ho infine proposto come inserire la categoria alimentare degli insetti all’interno di una dieta equilibrata al fine di raggiungere il fabbisogno proteico medio di popolazione (fonte: LARN 2012), utilizzando le tabelle dei valori bromatologici trovate in letteratura, paragonando gli insetti con altre fonti proteiche utilizzate comunemente dalla popolazione italiana e formulando delle ricette che contengano gli insetti come ingredienti (con calcolo dei rispettivi apporti di energia e nutrienti).

2009-2014

Diploma Scientifico

Liceo Scientifico Giordano Bruno di Torino. Voto di maturità 87/100.

Principali materie scolastiche: Matematica, latino, francese, inglese, chimica, biologia.

COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre Italiano

Altre lingue	COMPRESIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
Inglese	B1	B2	B1	B1	A2
Francese	B2	B2	B1	B1	B1
Spagnolo	B1	B1	A2	A2	A2

Livelli: A1/2 Livello base - B1/2 Livello intermedio - C1/2 Livello avanzato
 Quadro Comune Europeo di Riferimento delle Lingue

Competenze comunicative

- Buone capacità relazionali, comunicative ed organizzative acquisite durante il servizio annuale di animazione, rivolto a bambini/ragazzi, e durante l'incarico di rappresentante di istituto.
- Buone competenze comunicative con il paziente sviluppate nel corso del tirocinio della laurea triennale in Dietistica e nel corso del Master in counseling nutrizionale Professionista della Nutrizione, e implementate quotidianamente nella pratica professionale
- Buone competenze relazionali con il cliente sviluppate nel corso dell'attività professionale di cameriera.

Competenze organizzative e gestionali

Buone capacità organizzative acquisite durante le passate esperienze di organizzazione del gruppo animatori presso la parrocchia Resurrezione di Torino e ampliate durante i lavori svolti in gruppo durante il percorso universitario e durante la collaborazione con i colleghi durante i servizi presso l'Azienda Do&Co.

Buone capacità di gestione e conduzione di gruppi di lavoro con pazienti, adolescenti, bambini acquisite nella pratica professionale

Competenze informatiche

Utilizzo di:

- Sistema operativo Windows XP/VISTA/7/8
- Microsoft Excel
- Posta elettronica
- Programmi relativi alla navigazione in rete
- SPSS Software

Patente di guida

Patente B; automunita.

Dati personali Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 "Codice in materia di protezione dei dati personali".

Martina Onida